

**Nom botanique :** Origanum majorana

**Nom INCI :** Origanum majorana oil

**Qualité :** 100% pure et naturel.

**Culture :** Culture biologique certifiée par Ecocert

**Mode d'extraction :** Distillation par entraînement à la vapeur d'eau des parties aériennes

**Propriétés organoleptiques :**

- Aspect : liquide
- Couleur : jaune
- Odeur : épicée, sucrée



Huile essentielle  
de Marjolaine à coquilles



### Modes d'utilisation :

**Application cutanée (AC)**

**Bain (B)**

**Cuisine (C)**

**Diffusion (D)**

**Massage (M)**

### Important

Dosage huiles essentielles : 30  = 1ml

### En savoir plus...

La marjolaine coquilles est cultivée comme plante condimentaire pour ses feuilles aromatiques. C'est une espèce très proche de l'origan.

Espèce originaire de l'est du bassin méditerranéen (Chypre, Turquie), elle est cultivée depuis l'Antiquité dans toute l'Europe.

### Principales propriétés :

- Relaxante
- Anti-infectieuse
- Anti-inflammatoire

### Indications :

- Stress, angoisses, dépression, vertiges, nervosité, irritabilité, insomnies
- Infections respiratoires et digestives
- Rhumatismes, arthrose, lumbago, sciatique, crampes et contractures musculaires

### Recettes Express :

- D** ▪ **Parfum relaxant pour diffusion**  
10 gouttes d'HE de marjolaine à coquilles + 20 gouttes d'HE de petit grain bigarade.
- AC** ▪ **Remède contre le rhume**  
(application sur le thorax)  
15 gouttes d'HE marjolaine à coquilles + 15 gouttes d'HE de ravintsara + 99 ml d'HV d'amande douce.
- AC** ▪ **Remède contre les rhumatismes**  
15 gouttes d'HE de marjolaine à coquilles + 15 gouttes d'HE de gaulthérie couchée + 99 ml d'HV de noisette.

### La marjolaine coquilles côté petits maux...

- Traitement des plaies, des infections cutanées et des ecchymoses.

### La marjolaine coquilles côté cuisine...

- Très prisée en cuisine, notamment dans les mets méditerranéens, ou pour parfumer riz, légumes, sauces, viandes, volailles et poissons.
- Son parfum profond réhausse également le goût des pizzas.

### Le saviez-vous ?

- Anti-parasitaire, bactéricide, fongicide et anti-bactérienne, elle est idéale pour nettoyer et désinfecter l'intérieur des maisons.

### Conservation :

Au sec, à l'abri de la chaleur et de la lumière.

### Précautions d'emploi :

Ne pas utiliser pure. Eviter le contact avec les yeux.

### Contre-indications :

Déconseillée pendant les 3 premiers mois de grossesse.

## PETITS MAUX

### POUR LUTTER CONTRE LA DEPRESSION NERVEUSE :

- Mélanger dans un bol 98 ml d'HV de noisette, la synergie d'huiles essentielles suivante : 30 gouttes de petit grain bigarade + 20 gouttes de marjolaine à coquilles + 5 gouttes de ravintsara + 5 gouttes d'ylang-ylang complète.
- Appliquer le mélange et masser le plexus solaire, la voûte plantaire et la face interne des poignets, 2 à 3 fois par jour.

Les informations mentionnées sur ce document ne se substituent pas à un avis médical auprès des professionnels compétents de la santé. Demandez conseil à votre médecin ou votre pharmacien.